กานพลู

ชื่อวิทยาศาสตร์ : Syzygium aromaticum (L.) Merr.& L.M.Perry

ชื่อพ้อง : Caryophyllus aromatica L. ; Eugenia aromatica (L.) Baill; E.Caryophylla (Spreng.) Bullock et Harrison; E.caryophyllata Thunb.

ชื่อสามัญ : Clove Tree

วงศ์ : Myrtaceae

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : ไม้ต้น สูง 9-12 เมตร อาจสูงได้ถึง 20 เมตร เรือนยอดเป็นรูปกรวยคว่ำแตกกิ่งต่ำๆ ลำต้นตั้งตรง เปลือกเรียบสีเทา ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปใบหอกรูปรีหรือรูปไข่กลับแคบๆ กว้าง 8-11 ซม. ยาว 32-37 ซม. ปลายแหลมหรือเรียวแหลม โคนสอบแคบขอบเรียบ แผ่นใบด้านบนเป็นมัน มีต่อมน้ำมันมาก เส้นแขนงใบข้างละ 15-20 เส้น ปลายเส้นโค้งจรดกับเส้นถัดไปก่อนถึงขอบใบ ก้านใบยาว 1-2.5 ซม. ช่อดอกแบบช่อเชิงหลั่น ออกที่ปลายยอด ยาวประมาณ 5 ซม. ก้านช่อดอกสั้นมาก แต่อาจยาวได้ถึง 1 ซม. ใบประดับรูปสามเหลี่ยม ยาว 2-3 มม. กลีบเลี้ยง 4 กลีบ โคนติดกันเป็นหลอดยาว 5-7 มม. เมื่อเป็นผลขยายออกเป็นรูปกรวยยาวประมาณ 1 ซม. ปลายแยกเป็นแฉก

ขนานหรือกลม ยาว 7-8 มม. มีต่อมน้ำมัน□มาก ร่วง
ง่าย เกสรเพศผู้จ □□นวนมาก ร่วงง่าย ก้านชูอับเรณู
ยาวประมาณ 7 มม. ก้านเกสรเพศเมียยาวประมาณ 4 มม. ผล
รูปไข่กลับกามรูปรี ยาว 2-2.5 ซม. แก่จัดสีแดงมี 1
เมล็ด กานพลูเป็นพรรณไม้พื้นเมืองของหมู่เกาะ
โมลุกกะ น้ำไป□ปลูกในเขตร้อนทั่วโลก ในปะเทศไทย
น□□มาปลูกบ้างแต่ไม่แพร่หลาย ชอบขึ้นในดินร่วน
ซุย การระบายน้ำดี ค□วามชื้นสูงฝนตกชุก ขึ้นได้ดี
บน
พื้นที่ราบถึงที่สูงจากระดับน้ำทะเล □ 800-900
เมตร

ส่วนที่ใช้ : เปลือกต้น ใบ ดอกตูม ผล น้ำมันหอ□ม
ระเหยกานพลุ

สรรพคุณ :

- เปลือกต้น - แก้ปวดท้อง แก้ลม คุมธาตุ
- ใบ - แก้ปวดมวน
- ดอกตูม - รับประทานขับลม ใช้แต่งกลิ่น
  ดอกกานพลูแห้ง ที่ยังไม่ได้สกัดเอาน้ำมันออก □
  และมีกลิ่นหอมจัด มีน้ำมันหอม□ระเหยมาก รส
  เผ็ด

ช่วยขับลม แก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ ปวดท้อง และ
แน่นจุกเสียด แก้อุจจาระพิการ แก้โรคเหน็บชา แก้
หืด แก้ไอ แก้น้ำเหลือ□งเสีย แก้เลือดเสีย ขับน้ำ □
คาวปลา แก้ลม แก้ธาตุพิการ บ □□รุงธาตุ ขับเสมหะ
แก้เสมหะเหนียว ขับผายลม ขับลมในล □□ไส้ แก้ท้อง
เสียในเด็ก แก้ปากเหม็น แก้เลือดออกตามไรฟัน แก้
ร□□มะนาด กับกลิ่นเหล้า แก้ปวดฟัน

- ผล - ใช้เป็นเครื่องเทศ เป็นตัวช่วยให้มีกลิ่น
  หอม
- น□□□มันหอมระเหยกานพลู - ใช้เป็นยาชาเฉพาะ

4

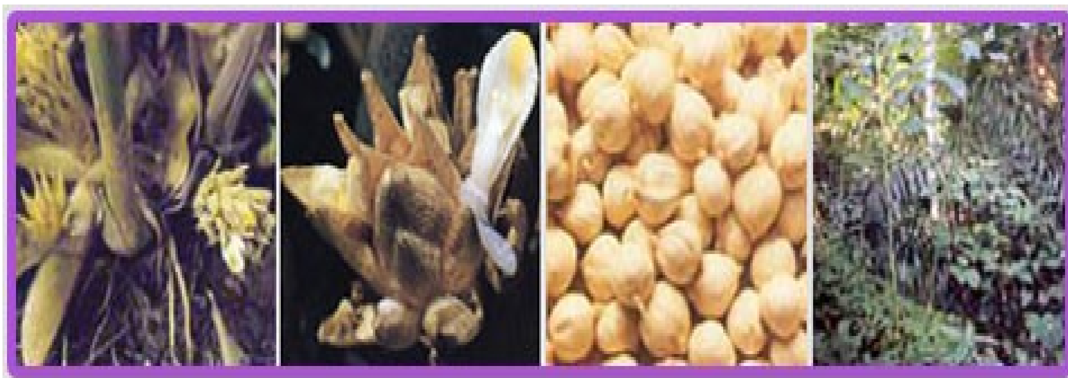
วิธีและปริมาณที่ใช้:

แก้อาการท้องขึ้น ท้องอืดเฟ้อ ขับลม และปวดท้อง
ใช้ดอกกานพลูโตเต็มที่ ที่ยังตูมอยู่ 4-6 ดอก หรือ 0.25 กรัม
ในผู้ใหญ่ - ใช้ทุบให้ช้ำชงน้ำดื่มครั้งละ
ครึ่งถ้วยแก้ว
ในเด็ก - ใช้ 1 ดอก ทุบแล้วใส่ลงในขวดนม
เด็กอ่อน - ใช้ 1 ดอก ทุบใส่ในกระติกน้ำที่ไว้
ชงนม ช่วยไม่ให้เด็กท้องขึ้นท้องเฟ้อได้
• ยาแก้ปวดฟัน
ใช้นำมันจากการกลั่นดอกตูมของดอกกานพลู 4-5
หยด ใช้สำลีพันปลายไม้ จุ่มน้ำมันจิ้มในรู
ฟันที่
ปวด จะทำให้อาการปวดทุเลา และใช้แก้โรครำมะนาดก็ได้หรือใช้ทั้งดอกเคี้ยว แล้วอมไว้ตรงบริเวณที่ปวดฟันเพื่อระงับอาการปวด หรือใช้ ดอกกานพลูตำพอแหลกผสมกับเหล้าขาวเพียงเล็กน้อยพอแฉะใช้จิ้มหรืออุดฟันที่ปวด
• ระงับกลิ่นปาก
ใช้ดอกตูม 2-3 ดอก อมไว้ในปาก จะช่วยทำให้
ระงับกลิ่นปากลงได้บ้าง

สารเคมี: Eugenol, Cinnamic aldehyde Vanillin
น้ำมันหอมระเหย Caryophylla - 3(12)-6-dien-4-ol

5

กระวาน



ชื่อวิทยาศาสตร์: Amomum krervanh Pierre

ชื่อสามัญ: Siam Cardamom, Best Cardamom,

Clustered Cardamom, Camphor Seed

วงศ์: Zingiberaceae

ชื่ออื่น: กระวานดำกระวานแดง กระวานขาว (ภาคกลาง, ภาคตะวันออก) กระวานจันทร์ กระวานโพธิสัตว์

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์: ไม้ล้มลุกมีเหง้าสูงประมาณ 2 เมตร กาบใบหุ้มซ้อนกันทำให้ดูคล้ายลำต้น ใบเดี่ยว แคบยาว รูปขอบขนาน ยาว 15-25 ซม. ปลายแหลม
ช่อดอกออกจากเหง้าชูขึ้นมาเหนือพื้นดิน รูปทรงกระบอก ยาว 6-15 ซม. ก้านช่อดอกยาว 5-15 ซม. ใบ
ประดับสีเหลืองนวล มีขนคายเรียงซ้อนสลับกันตลอดช่อ ในซอกใบประดับมีดอก 1-3 ดอก ปลายกลีบเลี้ยงมี 3 หยัก กลีบดอกสีเหลือง เป็นหลอดแคบ เกสรเพศผู้ไม่สมบูรณ์แปรสภาพเป็นกลีบขนาดใหญ่ สีขาวมีแถบสี
เหลืองตรงกลาง ผลค่อนข้างกลม สีนวล มี 3 พู ผลอ่อนมีขนและจะร่วงไปเมื่อแก่ ผลแก่จะแตก มีเมล็ดขนาดเล็กจำนวนมาก เมล็ดอ่อนสีขาวมีเยื่อหุ้ม เมื่อแก่เปลี่ยนเป็นสีดำทั้งผลและเมล็ดมีกลิ่นหอม

ส่วนที่ใช้ : ราก หัวและหน่อ เปลือก แก่น กระพี้ ผลแก่ที่มีอายุ 4-5 ปี (เก็บในช่วงเดือนสิงหาคม - มีนาคม) เมล็ด

สรรพคุณ :

- ราก - แก้โลหิตเน่าเสีย ฟอกโลหิต แก้ลม เสมหะให้ปิดธาตุ รักษาโรคร มะนาด
- หัวและหน่อ - ขับพยาธิในเนื้อให้ออกทางผิวหนัง
- เปลือก - แก้ไข้ ผอมเหลือง รักษาโรคผิวหนัง แก้ไข้อันง่วงเหงา ขับเสมหะ บ รุงธาตุ แก้ไข้อันเป็น

อชินโรค และอชินธาตุ

- แก่น - ขับพิษร้าย รักษาโรคโลหิตเป็นพิษ
- กระพี้ - รักษาโรคผิวหนัง บ รุงโลหิต
- ใบ - แก้ลมสันนิบาต แก้สันนิบาตลูกนก ขับผายลม ขับเสมหะ แก้ไข้เพื่อลม รักษาโรคร มะนาด

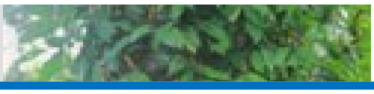
แก้ลมเสมหะให้ปิดธาตุ แก้ไข้เซื่องซึม แก้ลม แก้จุกเสียด บ รุงก ลัง บ รุงธาตุ แก้ไข้อันง่วงเหงา

- ผลแก่ - รสเผ็ดร้อน กลิ่นหอม ประกอบด้วยน้ำมันหอมระเหย (Essential oil) 5-9 เปอร์เซนต์ มีฤทธิ์

ในการขับลม (Carminative) และฤทธิ์ในการยับยั้ง การเจริญของเชื้อแบคทีเรียบางชนิด ขับโลหิต บ รุงธาตุ แก้ลมในอกให้ปิดธาตุ แก้ลมเสมหะให้ปิดธาตุ แก้ลมเจริญอาหาร รักษาโรค ร มะนาด แก้ลมจุกเสียดแน่นเฟ้อ แก้ลมสันนิบาต ผลแก่ของกระวานตากแห้งใช้เป็นเครื่องเทศ

- เมล็ด - แก้ธาตุพิการ อุจจาระพิการ บ รุงธาตุ
- เหง้าอ่อน - ใช้รับประทานเป็นผักได้ มีกลิ่นหอมและเผ็ดเล็กน้อย

ดีปลี



- ดอก - แก้อาการคลื่นไส้อาเจียน แก้จุกเสียด แน่นท้อง ขับลมในล □□ไส้ให้ผายและเรอ แก้หืด ไอ

ริดสีดวง คุดทะราด แก้ลมวิงเวียน แก้เสมหะ น้ำลาย □ เหนียว แก้ไอ บ □□รุงธาตุ แก้ท้องเสีย แก้ปถวีธาตุ 20 ประการ แก้อัมพาต และเส้นปัตคาด

- ผลแก่จัด - รสเผ็ดร้อน แก้ลม บ □□รุงธาตุไฟ แก้ หืดไอ แก้เสมหะ (หลังเป็นหวัด) แก้หลอดลมอักเสบ

ยาขับระดู ยาธาตุ ทาแก้ปวดเมื่อยและอักเสบของ กล้ามเนื้อ แก้อาการท้องขึ้น ท้องอืดเฟ้อแน่นจุก เสียด ขับลม บ □□รุงธาตุ ใช้ประกอบต □□รายาที่ใช้ รักษาโรคเกี่ยวกับระบบย่อยอาหาร ธาตุไม่ปกติ (ใช้ เป็นยาขับลม แต่ไม่นิยมใช้ โดยมากน □□มาเป็น เครื่องเทศ)

วิธีและปริมาณที่ใช้

- อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ และปวดท้อง และแก้ อาการคลื่นไส้อาเจียนที่เกิดจากธาตุไม่ปกติ โดยใช้ผลดีปลีแก่แห้ง 1 ก□□มือ (ประมาณ 10-15 ผล) ต้มเอาน้ำดื่ม□ถ้าไม่มีผลใช้เถาต้มแทน ได้
- อาการไอ และขับเสมหะ ใช้ผลแห้งแก่ ประมาณครึ่งผล ฝนกับน้ำมะนาว □ แทรกเกลือเล็กน้อย กวาดคอ หรือจิบบ่อยๆ
- ผลดีปลีแห้งใช้เป็นเครื่องเทศ ประกอบอาหาร มี รสเผ็ดร้อน ขม

พริกไทย

ชื่อวิทยาศาสตร์: Piper nigrum L.

ชื่อสามัญ: Black Pepper

วงศ์: Piperaceae

ชื่ออื่น: พริกน้อย (ภาคเหนือ)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์: เป็นไม้เลื้อยมีทั้งต้น
ตัวผู้และต้นตัวเมีย ลำต้นมีข้อและป้องชัดเจน ใบเดี่ยวออกสลับรูปไข่หรือรีปลายใบแหลม โคนใบมนกลมหรือแหลมเล็กน้อย ใบมีขนาดกว้าง 3.5 - 6 เซนติเมตร ยาว 7 - 10 เซนติเมตร เส้นใบที่บริเวณโคนใบมี 3 - 5 เส้น ดอกออกเป็นช่อและออกตรงข้ามกับใบ ช่อรูปก้านใบยาว 10 - 20 มิลลิเมตร ติดอยู่ตามแกนช่อดอก
รองรับดอก รังไข่กลมปลายเกสรแยก 3 - 6 แฉก ช่อดอกตัวผู้มีดอกที่มีเกสรตัวผู้ 2 อัน ผลรวมกันบนช่อยาว 5 - 15 เซนติเมตร ผลรูปทรงกลมขนาด 4 - 5
เซนติเมตร แก่แล้วมีเมล็ดสีดำภายในมี 2 เมล็ด

ส่วนที่ใช้: ใบ ผล เมล็ด ดอก

สรรพคุณ :

- ใบ - แก้ลมจุกเสียดแน่น ท้องอืดเฟ้อ
- ผล - ผลที่ยังไม่สุกน มาเป็นเครื่องเทศ แต่งกลิ่นอาหาร
- เมล็ด - ขับลม ขับเสมหะ ขับเหงื่อ ขับปัสสาวะ บ รุงธาตุ อาหารไม่ย่อย
- ดอก - แก้ตาแดง ถนอมอาหารหลายชนิด เช่น มะม่วงดอง

วิธีและปริมาณที่ใช้ : ใช้เมล็ด 0.5-1 กรัม ประมาณ 15-20 เมล็ด บดเป็นผง ชงรับประทาน 1 ครั้ง

สารเคมี : มีน้ำมัน หอมระเหย 2-4 % มีแอลคาลอยด์หลักคือ piperine 5-9% ซึ่งเป็นตัวท ให้มีความเผ็ด นอกจากนี้ยังพบ piperidine, pipercanine เป็นตัวท ให้มีกลิ่นฉุนและรสเผ็ด (ซึ่งเดิมคิดว่าเป็น chavicine) พริกไทยอ่อนนั้นมีน้ำมันหอมระเหยต่ำ กว่า พริกไทยด และมีโปรตีน 11% คาร์โบไฮเดรต 65%

มะรุม

ชื่อวิทยาศาสตร์: Moringa oleifera Lam.

ชื่อสามัญ: Horse radish tree, Drumstick

วงศ์: Moringaceae

ชื่ออื่น: กาเน้งเดิง (กะเหรี่ยง-กาญจนบุรี) ผักเนื้อไก่ (ฉาน-แม่ฮ่องสอน) ผักอีฮึม ผักอีฮุม มะค้อนก้อม (ภาคเหนือ) เส่ช่อยะ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์: เป็นไม้ยืนต้นสูง 3-6 เมตรหรือใหญ่กว่าเปลือกสีขาว รากหนานุ่ม ใบสลับแบบขนนก 2 หรือ 3 ชั้น ยาว 20-60 ซนติเมตร ใบชั้นหนึ่งมีใบย่อย 8-10 คู่ ใบแบบรูปไข่รูปไข่หัวกลับรูปคู่ขนาน ใต้ใบสีเขียวอ่อน ใบอ่อนมีขนสีเทาขนาดใบยาว 1-3 เซนติเมตร ช่อดอกแบบช่อแยกแขนง ออกตามซอกใบกลีบดอก 5 กลีบ สีขาวหรือขาวอมเหลืองแต้มสีแดง
เข้าที่ใกล้ฐานด้านนอกยาว 1.4-1.9 เซนติเมตรกว้าง 0.4 เซนติเมตรปลายกลีบดอกกว้างกว่าโคน 4 กลีบ ตั้งตรง เกสรตัวผู้แยกจากกันสมบูรณ์ 5 อัน ไม่
สมบูรณ์ 5 อันเรียงสลับกันมีขนสีขาว ที่โคนอับ
เกสรสีเหลืองเกสรตัวเมีย 1 อัน ผลยาวเป็นฝัก 3
เหลี่ยม เมล็ดมีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 1 เซนติเมตร 3 ปีก

สรรพคุณ:
• ฝัก - ปรุงเป็นอาหารรับประทาน
• เปลือกต้น - มีรสร้อน รับประทานเป็นยาขับลมใน
ลำไส้ ทำให้ผายหรือเรอ คุมธาตุอ่อนๆ (ตัดต้นลมดีมาก)
• ราก - มีรสเผ็ด หวานขม แก้บวม บำรุงไฟธาตุ มี
คุณเสมอกับกุ่มบก
- แก้พิษ ฝี แก้ปวด แก้อักเสบ
• แพทย์ตามชนบท ใช้เปลือกมะรุมสดๆ ตำบุบพอแตกๆ
อมไว้ข้างแก้ม แล้วรับประทานสุราจะไม่รู้สึก
เมาเลย

กระทือ

ชื่อวิทยาศาสตร์: Zingiber zerumbet (L.) Smith.

วงศ์: Zingiberaceae

ชื่ออื่น: กระทือป่า กะแวน กะแอน แสมดำแฮวดำ

เฮียวดำ(ภาคเหนือ) เฮียวแดง (แม่ฮ่องสอน)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์: ไม้ล้มลุก ลำต้นเหนือดินกลม สูง 0.9-1.5 เมตร มีเหง้าใต้ดิน ต้นโทรมในหน้าแล้งแล้วงอกขึ้นใหม่ในหน้าฝน ใบเป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับในระนาบเดียวกัน รูปรูยาว กว้าง 5-7.5 ซม. ยาว 20-30 ซม. ปลายใบแหลม โคนใบมนสอบขอบใบเรียบ
แผ่นใบเรียบสีเขียว ก้านใบเป็นกาบหุ้มลำต้น ดอกออกเป็นช่อแทงออกจากเหง้าขึ้นมา ช่อดอกรูปทรง
กระบอก มีใบประดับสีเขียวแกมแดง เรียงซ้อนกันแน่นเป็นระเบียบ ดอกสีเหลือง โคนเชื่อมติดกันเป็นหลอดดอกบานไม่พร้อมกัน ผล แบบผลแห้งแตก
รูปทรงค่อนข้างกลม สีแดง เมล็ดสีดำ

ส่วนที่ใช้: ราก เหง้า ต้น ใบ ดอก หัว หรือ เหง้าแก่สด เก็บใบช่วงฤดูแล้ง

สรรพคุณ:
• ราก - แก้ไข้ตัวเย็น แก้ไข้ต่างๆ แก้ไข้ตัว
ร้อน แก้เคล็ดขัดยอก
• เหง้า
- บำรุงน้ำนม แก้ปวดมวนในท้อง แก้บิด บิด
ป่วงเบ่ง
- แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ ปวดท้อง ขับผายลม ขับปัสสาวะ
- แก้จุกเสียด แก้เสมหะเป็นพิษ ขับน้ำย่อยเจริญอาหาร
- เป็นยาบำรุงกำลัง
- แก้ฝี
• ต้น
- แก้เบื่ออาหาร ช่วยเจริญอาหาร ทำให้รับ
ประทานอาหารมีรส
- แก้ไข้
• ใบ
- ขับเลือดเน่าร้ายในเรือนไฟ
- แก้เบาเป็นโลหิต
• ดอก
- แก้ไข้เรื้อรัง
- ผอมแห้ง ผอมเหลือง
- บำรุงธาตุ แก้ลม

กระชาย

ชื่อวิทยาศาสตร์: Boesenbergia rotunda (L.) Mansf.

ชื่อสามัญ: Kaempfer

วงศ์: Zingiberaceae

ชื่ออื่น: กระชายดำกะแอน ขิงทราย (มหาสารคาม) จี๊ปู ซีฟู เปาซอเร๊าะ เป๊าสี่ระแอน (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน) ละแอน(ภาคเหนือ) ว่านพระอาทิตย์ (กรุงเทพฯ)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์: ไม้ล้มลุกมีเหง้าสั้นแตกหน่อได้ รากอวบรูปทรงกระบอกหรือรูปไข่ค่อนข้าง
ยาว ปลายเรียว กว้าง 1-2 ซม. ยาว 4-10 ซม. ออกเป็นกระจุก ผิวสีน้ำตาลอ่อน เนื้อในสีเหลือง มีกลิ่น
เฉพาะตัว ส่วนที่อยู่เหนือดินเป็นใบ มี 2-7 ใบ ใบเดี่ยว เรียงสลับรูปรี กว้าง 5-12 ซม. ยาว 12-50 ซม. ปลายเรียวแหลม โคนมนหรือแหลม ขอบเรียบ เส้นกลางใบก้านใบ และกาบใบด้านบนเป็นร่อง ด้านล่างนูนเป็นสัน ก้านใบเรียบ ยาว 7-25 ซม. กาบใบสีชมพู ยาว 7-25 ซม. ระหว่างก้านใบและกาบใบมีลิ้นใบ ช่อดอกแบบช่อเชิงลด ออกที่ยอดระหว่างกาบใบคู่ในสุด ยาวประมาณ 5 ซม. แต่ละดอกมีใบประดับ 2 ใบ สีขาว

หรือขาวอมชมพูอ่อน รูปใบหอก กว้างประมาณ 8 มม. ยาว 3.5-4.5 ซม. กลีบเลี้ยงสีขาวหรือขาวอมชมพูอ่อน โคนติดกันเป็นหลอด ยาวประมาณ 1.7 ซม. ปลายแยกเป็น 3
แฉก กลีบดอกสีขาวหรือขาวอมชมพูอ่อน โคนติดกันเป็นหลอด ยาวประมาณ 6 ซม. ปลายแยกเป็น 3 กลีบ รูปใบหอกขนาดไม่เท่ากัน กลีบใหญ่ 1 กลีบกว้างประมาณ 7 มม. ยาวประมาณ 1.8 ซม. อีก 2 กลีบ ขนาดเท่ากัน กว้าง
ประมาณ 5 มม. ยาวประมาณ 1.5 ซม. เกสรเพศผู้ 6 อัน แต่ 5 อัน เปลี่ยนไปมีลักษณะเหมือนกลีบดอก โดย 2 กลีบบนสีชมพู รูปไข่กลับ ขนาดเท่ากัน กว้าง
ประมาณ 1.2 ซม. ยาวประมาณ 1.7 ซม. อีก 3 กลีบล่าง
สีชมพูติดกันเป็นกระพุ้ง กว้างประมาณ 2 ซม. ยาว
ประมาณ 2.7 ซม. ปลายแผ่กว้างประมาณ 2.5 ซม. มีสีชมพูหรือม่วงแดงเป็นเส้นๆ อยู่เกือบทั้งกลีบโดยเฉพาะอย่างยิ่งตรงกระเปาะและปลายกลีบ มีเกสรเพศผู้ที่สมบูรณ์ 1 อัน ก้านชูอับเรณูหุ้มก้านเกสรเพศเมียผลแก่แตกเป็น 3 เสี่ยง เมล็ดค่อนข้างใหญ่

สรรพคุณ:
• เหง้าใต้ดิน - มีรสเผ็ดร้อนขม แก้ปวดท้อง มวน
ในท้อง ท้องอืดท้องเฟ้อ บำรุงกำลัง บำรุง
กำหนัด
แก้กามตายด้าน เป็นยารักษาริดสีดวงทวาร
• เหง้าและราก - แก้บิดมูกเลือด เป็นยาขับ
ปัสสาวะ แก้ปัสสาวะพิการ ใช้เป็นยาภายนอก
รักษาขี้กลาก
• ใบ - บำรุงธาตุ แก้โรคในปาก คอ แก้โลหิตเป็น
พิษ ถอนพิษต่างๆ

กะเพรา

ชื่อวิทยาศาสตร์: Ocimum sanctum L.

ชื่อพ้อง: Ocimum tenuiflorum L.

ชื่อสามัญ: Holy basil, Sacred Basil

วงศ์: Lamiaceae (Labiatae)

ชื่ออื่น: กะเพราขน กะเพราขาว กะเพรา (ภาคกลาง)

กอมก้อ กอมก้อดง (เชียงใหม่) อีตู่ไทย (ภาคอีสาน)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์: ไม้พุ่ม สูง 30-60 ซม.โคนต้นค่อนข้างแข็ง กะเพราแดงลำต้นสีแดงอมเขียว ส่วนกะเพราขาว ลำต้นสีเขียวอมขาว ยอดอ่อนมีขนสีขาวใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้ามกัน รูปรี กว้าง 1-3 ซม. ยาว 2.5-5 ซม. ปลายใบมนหรือแหลม โคนใบแหลม ขอบใบจักเป็นฟันเลื่อย แผ่นใบสีเขียว มีขนสีขาว ดอกออกเป็นช่อที่ปลายยอด ดอกสีขาวแกมม่วงแดงมีจำนวนมาก กลีบเลี้ยงโคนเชื่อมติดกัน ปลายเรียวแหลม
ด้านนอกมีขน กลีบดอกแบ่งเป็น 2 ปาก ปากบนมี 4 แฉกปากล่างมี 1 แฉก ปากล่างยาวกว่าปากบน
มีขนประปราย เกสรเพศผู้มี 4 อัน ผล เป็นผลแห้งเมื่อแตกออกจะมีเมล็ด สีดำรูปไข่

ส่วนที่ใช้: ใบ และยอดกะเพราแดง ทั้งสดและแห้งทั้งต้น

สรรพคุณ:
1.แก้อาการคลื่นไส้ อาเจียน (เกิดจากธาตุไม่ปกติ)
2.ใช้แก้อาการท้องอืดเฟ้อ แน่จุกเสียดและปวดท้อง
3.แก้ไอและขับเหงื่อ
4.ขับพยาธิ
5.ขับน้ำนมในสตรีหลังคลอด
6.ลดไข้
7.เป็นยาอายุวัฒนะ
8.เป็นยารักษาหูด กลากเกลื้อน ต้านเชื้อรา 9.เป็นยาสมุนไพร ใช้ไล่ หรือฆ่ายุง
10. เป็นสมุนไพร ไล่แมลงวันทอง

ขิง

ชื่อวิทยาศาสตร์: Zingiber officinale Roscoe

ชื่อสามัญ: Ginger

วงศ์: Zingiberaceae

ชื่ออื่น: ขิงแกลง ขิงแดง (จันทบุรี) ขิงเผือก

(เชียงใหม่) สะเอ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์: ไม้ล้มลุก มีเหง้าใต้ดิน สีน้ำตาลแกมเหลือง เนื้อในสีนวล มีกลิ่นเฉพาะ จะแทงหน่อหรือลำต้นเทียมขึ้นมาเหนือพื้นดิน ใบ
เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับ รูปขอบขนาน แกมรูปใบหอก กว้าง 1.5-2 ซม. ยาว 15-20 ซม. ขอบใบเรียบ แผ่นใบสีเขียวเข้มเป็นมัน ดอก ออกเป็นช่อ แทงออกจาก
เหง้าใต้ดิน ใบประดับเรียงเวียนสลับสีเขียวอ่อนดอกสีเหลืองแกมเขียว ผล เป็นผลแห้ง ทรงกลม ขนาดประมาณ 1 ซม. เป็น 3 พู เมล็ดหลายเมล็ด

ส่วนที่ใช้: เหง้าแก่สด ต้น ใบ ดอก ผล

สรรพคุณ:
• เหง้าแก่สด
- ยาแก้อาเจียน
- ยาขมเจริญอาหาร
- ยาแก้ท้องขึ้น ท้องอืดเฟ้อ ขับลม
- แก้ไอ ขับเสมหะ บำรุงธาตุ
- สามารถต้านการเกิดแผลในกระเพาะอาหาร ลด
อาการจุกเสียดได้ดี
- มีฤทธิ์ในการขับน้ำดี เพื่อย่อยอาหาร
- แก้ปากคอเปื่อย แก้ท้องผูก
- ลดความดันโลหิต
• ต้น - ขับผายลม แก้จุกเสียดแน่นเฟ้อ แก้นิ่ว
บำรุงไฟธาตุ แก้คอเปื่อย ช่วยย่อยอาหาร ฆ่า
พยาธิ
แก้โรคตา แก้บิด แก้ลมป่วง แก้ท้องร่วงอย่างแรงแก้อาเจียน
• ใบ - แก้โรคกำเดา ขับผายลม แก้นิ่วแก้เบาขัด
แก้คอเปื่อย บำรุงไฟธาตุ ช่วยย่อยอาหาร ฆ่า
พยาธิ
แก้โรคตา ขับลมในลำไส้
• ดอก - ทำให้ชุ่มชื่น แก้โรคตาแฉะ ฆ่าพยาธิ
ช่วยย่อยอาหาร แก้คอเปื่อย บำรุงไฟธาตุ แก้
นิ่ว
แก้เบาขัด แก้บิด
• ผล - แก้ไข้

ว่านชักมดลูก

ชื่อวิทยาศาสตร์: Curcuma xanthorrhiza Roxb.

วงศ์: ZINGIBERACEAE

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์: ไม้ล้มลุก สูงได้ถึง 1 เมตรหัวใต้ดินขนาดใหญ่ อาจยาวถึง 10 ซม. เนื้อสีส้มถึงสีส้มแดง ใบเดี่ยวเรียงสลับ ออกเป็นกระจุกเหนือดิน รูปวงรีหรือรูปวงรีแกมใบหอกกว้าง 15 - 20 ซม. ยาว 40 - 90 ซม. มีแถบสีม่วงกว้างได้ถึง 10 ซม.
บริเวณกลางใบ ดอกช่อเชิงลด ออกที่บริเวณกาบใบ
ก้านดอกยาว 15 - 20 ซม. กลีบดอกสีแดงอ่อน ใบประดับสีม่วง เกสรตัวผู้ที่เป็นหมัน แปรรูปคล้ายกลีบดอกสีเหลือง ผลแห้ง แตกได้

ส่วนที่ใช้: เหง้า ราก

สรรพคุณ:

• ราก – แก้ท้องอืดเฟ้อ

• เหง้า
- เป็นยาบีบมดลูก ทำให้มดลูกเข้าอู่เร็วหลัง
จากการคลอดบุตร ทำให้ประจำเดือนมาปกติ ขับ
ประจำเดือนในกรณีที่ประจำเดือนมาไม่ปกติ รักษาโรคมดลูกพิการปวดบวม
- แก้ปวดมดลูก
- แก้ริดสีดวงทวาร
- แก้ไส้เลื่อน
- ขับเลือด ขับลม ขับน้ำคาวปลา แก้โรคลม
- รักษาอาการอาหารไม่ย่อย

เปราะหอมขาว , เปราะหอมแดง

ชื่อวิทยาศาสตร์ : Kaempferia galanga L.

ชื่อสามัญ : Sand Ginger, Aromatic Ginger, Resurrection Lily

วงศ์ : ZINGIBERACEAE

ชื่ออื่น : หอมเปราะ (ภาคกลาง) ว่านตีนดิน ว่านแผ่นดินเย็น ว่านหอม (ภาคเหนือ)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ : พืชล้มลุก อายุปีเดียว มีล□□ต้นเป็นหัวอยู่ใต้ดิน เรียกว่า เหง้า เนื้อภายในสีเหลืองอ่อน มีสีเหลืองเข้มตามขอบนอกมีกลิ่นหอมเฉพาะตัว ใบเป็นใบเดี่ยวแทงขึ้นจากเหง้าใต้ดิน 2-3 ใบ แผ่ราบไปตามพื้นดิน หรือวางตัวอยู่ในแนวราบเหนือพื้นดินเล็กน้อย ใบมีรูปร่างค่อนข้างกลมหรือรูปไข่ป้อม ปลายใบแหลม โคนใบมนหรือเว้าเล็กน้อย มีขนอ่อนบริเวณท้องใบ บางครั้งอาจพบขอบใบมีสีแดงคล้ำ เนื้อ□ใบค่อนข้างหนา ตัวใบมีขนาดกว้าง 5-10 ซม. ยาว 7-15 ซม. ก้านใบเป็นกาบยาว 1-3 ซม.ดอกออกรวมกันเป็นช่อ ยาว 2-4 ซม.มี 4-12 ดอก ออกตรงกลางระหว่างใบ ดอกมีสีขาว หรือสีขาวอมชมพูแต้มสีม่วง แต่ละดอกมี กลีบประดับ 2 กลีบรองรับอยู่

เหนือ ใบอ่อนม้วนเป็นกระบอกออกมาแล้วแผ่ราบบน
หน้าดิน ต้นหนึ่งๆ มักมี 1 – 2 ใบ ใบมีรูปร่างทรงกลมโตยาว ประมาณ 5 – 10 ซม. หน้าใบเขียว เปราะหอมแดงจะมีท้องใบสีแดง เปราะหอมขาวจะมีท้องใบสีขาว มีกลิ่นหอม หัวกลมเหมือนหัวกระชาย ใบงอกงามในหน้าฝนและจะแห้งไปในหน้าแล้ง
ส่วนที่ใช้: ดอก ต้น หัว ใบทั้งสด หรือ แห้ง

สรรพคุณ: เปราะหอมขาว
• ดอก - แก้เด็กนอนสะดุ้งผวา ร้องไห้ตาเหลือก ตา
ช้อนดูหลังคา
• ต้น - ขับเลือดเน่าของสตรี
• ใบ - ใช้ปรุงเป็นผักรับประทานได้
• หัว - แก้โลหิต ซึ่งเจือด้วยลมพิษ ปรุงเป็น
เครื่องเทศสำหรับแกง สุมศีรษะเด็ก แก้หวัด
คัดจมูก
รับประทานขับลมในลำไส้

สรรพคุณ: เปราะหอมแดง
• ใบ - แก้เกลื้อนช้าง
• ดอก - แก้โรคตา
• ต้น - แก้ท้องขึ้น ท้องเฟ้อ
• หัว - ขับเลือด และหนองให้ตก แก้ลมพิษ แก้ผื่น
คัน แก้ไอ แก้บาดแผล
• หัวและใบ - ใช้ในการปรุงเป็นอาหารได้

ตะไคร้

ชื่อวิทยาศาสตร์: Cymbopogon citratus Stapf.

ชื่อสามัญ: Lemon Grass, Lapine

วงศ์: Poaceae (Gramineae)

ชื่ออื่น: จะไคร้ (ภาคเหนือ) ไคร (ภาคใต้) คาหอม (เงี้ยว-แม่ฮ่องสอน) ห่อวอตะไป่ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน) หัวสิงโต(เขมร-ปราจีนบุรี) ตะไคร้แกง (ทั่วไป)

ส่วนที่ใช้:
• ทั้งต้น เก็บได้ตลอดปี ล้างให้สะอาด ใช้สดหรือผึ่งให้แห้งในที่ร่ม เก็บไว้ใช้
• ราก เก็บได้ตลอดปี ล้างให้สะอาด ใช้สด ใบสด

สรรพคุณ:
ทั้งต้น
1. รสฉุน สุมขุม แก้หวัด ปวดศีรษะ ไอ
2. แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด ขับลมใน
ลำไส้ บำรุงไฟธาตุ
3. ทำให้เจริญอาหาร แก้ปวดกระเพาะอาหาร แก้
ท้องเสีย
4. แก้ปวดข้อ ปวดเมื่อย ฟกช้ำจากหกล้ม ขาบวมน้ำ
5. แก้โรคทางเดินปัสสาวะ นิ่ว ขับปัสสาวะ
ประจำเดือนมาผิดปกติ
6. แก้ปัสสาวะเป็นเลือด แก้โรคหืด
ราก
1. แก้เสียดแน่น แสบบริเวณหน้าอก ปวดกระเพาะอาหารและขับปัสสาวะ
2. บำรุงไฟธาตุ ขับปัสสาวะ แก้นิ่ว แก้
ปัสสาวะพิการ
3. รักษาเกลื้อน แก้อาการขัดเบา
ใบสด - มีสรรพคุณช่วยลดความดันโลหิตสูง แก้ไข้
ต้น - มีสรรพคุณเป็นยาขับลม แก้ผมแตกปลาย เป็น
ยาช่วยให้ลมเบ่งขณะคลอดลูก ใช้ดับกลิ่นคาว
แก้เบื่ออาหาร บำรุงไฟธาตุให้เจริญ แก้โรคทาง
เดินปัสสาวะ นิ่วปัสสาวะพิการ แก้หนองใน

ข่า

ชื่อวิทยาศาสตร์: Alpinia galanga (L.) Willd.

ชื่อสามัญ: Galanga

วงศ์: Zingiberaceae

ชื่ออื่น: ข่าหยวก ข่าหลวง (ภาคเหนือ) , กฏุกกโร

หินี (ภาคกลาง)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์: ไม้ล้มลุก สูง 1.5-2 เมตร
เหง้ามีข้อและปล้องชัดเจน ใบ เดี่ยว เรียงสลับ รูปใบหอก รูปวงรีหรือเกือบขอบขนาน กว้าง 7-9 ซม. ยาว 20-40 ซม. ดอก ช่อ ออกที่ยอด ดอกย่อยขนาดเล็ก กลีบดอกสีขาว โคนติดกันเป็นหลอดสั้นๆ ปลายแยกเป็น 3 กลีบ กลีบใหญ่ที่สุดมีริ้วสีแดง ใบประดับรูปไข่ผล เป็นผลแห้งแตกได้ รูปกลม

สรรพคุณ:

1.เป็นยาแก้ท้องขึ้น ท้องอืดเฟ้อ ขับลม
2.แก้อาหารเป็นพิษ
3.เป็นยาแก้ลมพิษ

จันทน์เทศ

ชื่อวิทยาศาสตร์: Myristica fragrans Houtt.

ชื่อสามัญ: Nutmeg tree

วงศ์: Myristicaceae

ชื่ออื่น: จันทน์บ้าน (เงี้ยว-ภาคเหนือ)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์: ไม้พุ่ม สูง 5-18 เมตร
เปลือกต้นเรียบสีเทาอมดำใบเป็นใบเดี่ยว ออก
เรียงสลับ รูปรี กว้าง 4-5 ซม. ยาว 10-15 ซม. ปลายใบแหลม โคนใบสอบ ขอบใบเรียบ แผ่นใบเรียบเป็นมัน ดอกแยกเพศอยู่คนละต้น ออกเป็นช่อตามซอกใบสีเหลืองอ่อน กลีบเลี้ยงโคนเชื่อมติดกันเป็นรูปคนโท ปลายแยกออกเป็น 3 แฉก ไม่มีกลีบดอก ผลรูปทรงค่อนข้างกลม ผิวเรียบ สีเหลืองนวล พอแก่แตกอ้าออกเป็น 2 ซีก เห็นรก หุ้มเมล็ดสีแดง เมล็ดสีน้ำตาลมี 1
เมล็ด

ส่วนที่ใช้: ผล ดอก แก่น ราก และเมล็ด

สรรพคุณ **:**

- ผล - ให้ Myristica Oil ซึ่งเป็น Volatile Oil ประกอบด้วย Myristiein และ Safrole ซึ่งเป็นตัวแต่ง

กลิ่น และขับลม

- ดอก - ใช้เป็นเครื่องเทศ และขับลม
- แก่น - แก้ไข้ บ□□รุงตับ ปอด
- ราก - ขับลม แต่งกลิ่น เครื่องเทศ เจริญอาหาร
- เมล็ด - ขับลม แก้ท้องอืดเฟ้อ เป็นเครื่องเทศ เจริญอาหาร

วิธีและปริมาณที่ใช้ **:**

รกและเมล็ดขนาด 0.5 กรัม หรือประมาณ 1-2 เมล็ด หรือใช้รก 4 อัน ป่นรก หรือเมล็ดให้เป็นผงละเอียด ชงน้ำ□ครั้งเดียว รับประทานวันละ 2 ครั้ง 2-3 วัน

30

บรรณานุกรม

กระทรวงสาธารณสุข. (2555) ศูนย์ข้อมูลสมุนไพร.
สืบค้นเมื่อ 5 กรกฎาคม 2555, จาก webdb.dmsc.moph.go.th/ifc_herbal/
คำนวล คำมณี. (2545) ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการแพทย์แผนไทย : ว่าด้วยสมุนไพรกับการแพทย์แผนใหม่ . กรุงเทพฯ
เจนจิรา จริยา. โครงงานน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพสืบค้นเมื่อ 4 กรกฎาคม 2555, จาก www.jenjirajariya.blogspot.com/
ชิดชนก ชมพฤกษ์ (2541) . พืชผักสมุนไพร. กรุงเทพฯ :สำนักพิมพ์มติชน.

ธนชัย สีหราช. โครงงานเรื่องชาตะไคร้รักษาโรคสืบค้นเมื่อ 5 กรกฎาคม 2555, จาก

news.yst1.net/data/380_1.doc

พนิดา จำหมาย. โครงงานการสำรวจสมุนไพรในท้องถิ่น. สืบค้นเมื่อ 4 กรกฎาคม 2555, จาก

https://docs.google.com/file/d/0BxMGO.../edit

เมฆ จันทร์ประยูร. (2541) ผักพื้นบ้าน. ไททรรศ์: กรุงเทพฯ
วันดี กฤษณพันธ์. (2541) สมุนไพรน่า
รู้.กรุงเทพ:สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วัชรี ประชาศรัยสรเดช. (2542) ผักพื้นเมือง เหนืออีสาน ใต้. : กรุงเทพฯ

วารุณี สุขธรรม. โครงงานวิทยาศาสตร์ เรื่องสเปรย์สมุนไพรปรับอากาศ. สืบค้นเมื่อ 5 กรกฎาคม 2555,

จาก www.waruneee202.blogspot.com/